



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

12.02.24

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
					Б	Б	Ж	Ж	У	У			
Завтрак													
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий, соленый)	12	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75
295332/2017м	Биточки, котлеты куриные с соусом	35	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5
312/2017м	салатным с луком	3	20	20									
203/2017м	соус сметанный с луком томатом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00
338/2017м	макароны отварные с маслом	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00
376/2017м	фрукт свежий (яблоко)	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3
701/2010м	чай с сахаром	5,85	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	
	хлеб пшеничный	97,85	660,0	750,0	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55
	Итого		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%												

Вариант 6